Butlletí del GRUP CALIU març 2017



La Sílvia Tomás ens va encisar amb la seva actuació al "Per fi és divendres!" de febrer!



LES ACTIVITATS DESTACADES D'AQUEST MES SÓN:

- DISSABTE TEMÀTIC: *"El Consell dels Savis"*
- *Ens anem de CALÇOTADA!!!*
- PER FI ÉS DIVENDRES! *"LA TRUP"*
- GRUP DE JOVES! Anem de sopar americà!!
- NOVA CAMPANYA AL GRUP CALIU: "Ous de pasqua"
- ESPAI SOM-HI!
- SESSIÓ GOLFA

.... I moltes coses més !!



GRUP CALIU – Iniciatives Socials
C/ Pàdua 30. Baixos.
93.237.27.16 (Dimarts, dimecres i dijous 17h a 20h)
www.grupcaliu.cat
grupcaliu@yahoo.es

dincat Plena inclusió Catalunya

NOVETATS de març

Grup Caliu
iniciatives socials

ACTIVA'T. PROJECTE D'ESPORT INCLUSIU



Comencem en breu!! Les inscripcions a aquesta nova modalitat esportiva estan anant a bon ritme! Per això us animem a que si esteu interessats/des a participar en aquestes activitats ho feu el més aviat possible, perquè correu el risc de quedar-vos sense plaça!

Començarem la darrera setmana d'aquest mes de març, ens posarem en contacte amb els participants per telèfon amb temps suficient, així que no us preocupeu! A partir del mes d'abril ja vindrà publicat al butlletí amb total normalitat.

Les modalitats esportives són les següents: aiguagim, spinning, GAC (Glutis, Abdominals i Cames), Activitat "En forma", i Zumba.
Les instal·lacions esportives on es realitzaran aquestes activitats són: Claror Marítim, Claror Sardenya, Claror Cartagena i Can Caralleu.
Us hem adjuntat de nou tota la informació en el mateix correu d'aquest butlletí perquè us ho pugueu tornar a mirar.... No deixeu escapar aquesta oportunitat!!









NOVA CAMPANYA AL GRUP CALIU: OUS PÀSQUA



Vols col·laborar en la propera campanya del GRUP CALIU?
A partir d'aquest mes de març iniciem un taller creatiu i que segur tindrà bons resultats! Seran unes sessions molt entretingudes en les que realitzarem tot el procés d'elaboració d'ous de pasqua.
Us esperem totes les tardes de secretaria al GRUP CALIU!

GRÀCIES PER FER-HO POSSIBLE!



Grup Caliu
iniciatives socials

NOVETATS de març

AQUEST MES DE MARÇ, ANEM DE CALÇOTADA!!

Som més de 100 persones les inscrites en aquesta activitat!

RECORDA: Ens veiem el proper **dissabte 11 de març a les 10,30h a l'Estació de Sants** (davant la comissaria de policia).

Preguem que qui no hagi realitzat el pagament de l'activitat ho faci abans del dia 11 de març, bé efectuant el pagament a la secretaria del centre, o bé fent transferència bancària.





PROPOSTA SORTIDA PER SETMANA SANTA

Ja teniu a les vostres mans la pre-carta de la sortida de Setmana Santa 2017, tot i que no hi ha una proposta concreta us assegurem que teniu la diversió assegurada, buscarem un hotel que tingui animació, que sigui cèntric en alguna localitat costera. Si ens acompanya el bon temps, tindreu l'oportunitat de gaudir de la platja, de les nits màgiques de la costa brava, i com no anirem a explorar la zona on ens trobem.

Us preguem que si esteu interessats/des no espereu al darrer moment per apuntar-vos a l'activitat, ja que quan abans sabem el grup de persones que està interessat en fer aquest viatge, abans ens posarem en marxa per buscar el millor hotel, la millor zona,....

ACTIVITATS de març

Grup Caliu
iniciatives socials



TARDES DE SECRETARIA

DIMARTS: **Acompanyants: Markos, Ariadna i Victor. TALLER CONTROL DE L'EURO.**
Aquest ***taller es realitzarà de 18h a 19h.*** Es tracta d'un taller pràctic en el qual es faran exercicis per aprendre a controlar el canvi quan aneu a comprar, també aprendreu a saber el valor de la moneda,... Utilitzarem exercicis pràctics i jocs per fer del taller més divertit i entretingut. Aquest taller està inclòs dins les activitats de sala de dimarts, **així que és gratuït**.

DIMECRES: **Acompanyants: Rubén, Clara i Markos. TALLER ARTESANIA.**
Aquest ***taller es realitzarà de 18h a 19'30h***. En aquest taller es realitzen diferents propostes relacionades amb el món de l'artesania.

DIJOUS: **Acompanyants: Markos, Dolors i Ariadna. TALLER EUREKA! I ESPAI DOLÇ.**
Aquest ***taller es realitzarà de 18h a 19h.***

ESPAI DOLÇ:
DILLUNS i DIJOUS

OBJECTIUS:

- ✓ **Aprendre a llegir, preparar i elaborar receptes de rebosteria dolça.**
- ✓ **Fer ús dels principals elements i eines de la cuina.**
- ✓ **Identificar quins són els elements necessaris per la preparació de la recepta i a on trobar-los.**

Ens veiem els dies:

- **DILLUNS 6, 13, 20 I 27 de març de 17'30h a 19h**
- **DIJOUS 2, 9, 16, 23 i 30 de març de 17'30h a 19h**.

GRÀCIES PER PARTICIPAR I COL·LABORAR!





ACTIVITATS de març



GRUP DE JOVES

DIVENDRES JOVE:

Ens trobarem el **Divendres 10 de març a les 18h al local del Caliu.**
Farem un repàs de les activitats del mes i farem una sessió de **KARAOKE!!!** Haureu d'afinar la veu!!!

DISSABTE JOVE:

Anirem a sopar al **BARBA ROSSA** un restaurant de menjar nord-americà. Després anirem a prendre alguna cosa.
Ens trobarem el **dissabte 25 de març a les 20:30h a fora de la parada de METRO BARCELONETA (L4)**

PREU: 20€

HEU DE CONFIRMAR LA VOSTRA ASSISTÈNCIA ABANS DEL PROPER DIMARTS 21 DE FEBRER, trucant a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es.



GRUP DE DONES

El grup de dones es tornarà a trobar el **proper dimecres 8 de MARÇ**. Assistirem a la **MANIFESTACIÓ PEL DIA INTERNACIONAL DE LA DONA TREBALLADORA.**

Ens trobarem el dimecres 8 de març a les 18:30h al local del Grup Caliu.

HEU DE CONFIRMAR LA VOSTRA ASSISTÈNCIA ABANS DEL PROPER DIMARTS 7 DE MARÇ, trucant a la secretaria del centre o enviant un correu electrònic a grupcaliu@yahoo.es

ÉS MOLT IMPORTANT QUE CONFIRMEU LA VOSTRA ASSITÈNCIA, SI NO HI HA UN GRUP MÍNIM DE PARTICIPANTS NO ES FARÀ L'ACTIVITAT.



Grup Caliu
iniciatives socials

ACTIVITATS DELS DISSABTES:

DISSABTE OBERT:

El local totalment obert per a fer les activitats que us agraden més, us esperem el **proper dissabte 4 de MARÇ a les 18.30h. NO HI FALTEU!!**

DISSABTE DISCO:

Us esperem per gaudir ballant dels clàssics d'ahir i d'avui el **proper dissabte 25 de març a les 18.30h. NO HI FALTEU!!**











AIXÒ SÍ QUE NO
SI ENS RETALLEU DESAPAREIXEM

dincat
Plena inclusió Catalunya



Grup Caliu
iniciatives socials

ESPORTS

PISCINA:

Ens veurem els **Divendres 3, 10, 17, 24 i 31 de març a les 19h a l'esportiu Marítim** (Passeig Marítim 33).
PREU: 20€/mes
Us podeu apuntar trucant a la secretaria del centre o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es

PILATES POSTURAL:

Cuida la teva esquena, millora la teva postura i elimina els dolors físics amb una pràctica suau i conscient del teu cos.
Dilluns 13 i 27 de març a les 18:30h al Local de l'entitat.
Dimarts 7, 14, 21 i 28 de març a les 9h al Local de l'entitat.
Activitat Gratuïta.
Us podeu apuntar trucant a la secretaria de Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es

EQUIP MIXTE DE FUTBOL I BÀSQUET:

L'ACTIVITAT es realitzarà els dilluns: **6 i 20 de març de 18:30h a 20h**.
PREU: **6€ /mes. Podeu fer el pagament a la secretaria del centre.**
LLOC DE TROBADA: Ens trobarem a la sortida de la parada de metro de Vila Olímpica a les 18,15h.

US RECORDEM QUE AQUESTA MODALITAT ESPORTIVA ESTÀ OBERTA A TOTHOM QUE VULGUI PARTICIPAR, ÉS TANT PER HOMES COM PER DONES. ANIMEU-VOS!! Us heu d'apuntar trucant a la secretaria del Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es



PÀDEL PLATJA:

DIUMENGE 12 DE MARÇ: Quedarem a les 11:30h a fora de la parada de Metro Ciutadella Vila Olímpica (L4 Groga).**Heu de portar ROBA D'ESPORT i calçat esportiu, gorra i aigua. Us heu d'apuntar trucant a la secretaria del Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es abans del dijous 9 de març. ACTIVITAT GRATUÏTA**

DIUMENGE 19 DE MARÇ: Quedarem a les 11:30h a fora de la parada de Metro Ciutadella Vila Olímpica (L4 Groga). **Heu de portar ROBA D'ESPORT, calçat adequat, gorra i aigua. Us heu d'apuntar trucant a la secretaria del Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es abans del dijous 16 de març. ACTIVITAT GRATUÏTA**

ACTIVITATS de març

SOM-HI!:

AQUEST MES ENS TROBAREM PER VEURE ELS SEGÜENTS PARTITS DE LA LLIGA DE FUTBOL:

- **FC BARCELONA - CELTA: Dissabte 4 de març a les 20:30h.**



- **DEPORTIVO - FC BARCELONA: Diumenge 12 de març a les 16h.**

Puntuals que comença el partit.





KEEP
CALM
AND
¡Som-hi
Barça!



SESSIÓ GOLFA: SUFRAGISTES

La pel·lícula explica la història de les sufragistes angleses al començament de la Primera Guerra Mundial.

Us esperem el Diumenge 19 de març a les 17:30h al local del Caliu.

Us heu d'apuntar trucant a la secretaria del Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es abans del dijous 16 de març.

ESCACS:

En aquest taller, ens endinsarem en un dels jocs de taula i estratègia més clàssics de la història, els escacs occidentals daten del S.XV. I al mateix temps contemporani i emocionant,existeixen més de 605 milions de persones que saben jugar a escacs, en vols formar part? Ara amb el GRUP CALIU pots! Aprendràs com es juga i quin paper tenen la tàctica, la reflexió i l'anticipació.

El taller es realitzarà els dimecres 15 i 29 de març de 19h a 20h.

ACTIVITATS OBERTES de març

Grup Caliu
iniciatives socials

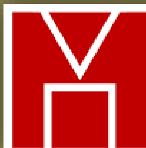
DISSABTE TEMÀTIC:
"Història Viscuda. El Consell de Savis"

El Sr. Pere Basté (1922) i el Sr. Antoni Verdú (1930), són dos integrants del Consell de Savis del Museu d'Història de Catalunya. Tots dos ens vindran a parlar sobre la seva experiència viscuda durant la Gerra Civil.
Serà una experiència única per viure la història des d'una vivència directa.

Us esperem el Dissabte 18 de març a les 18h al local del Grup Caliu.
Recordeu que aquesta activitat és oberta a tothom.

Us heu d'apuntar trucant a la secretaria de Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es abans del dijous 16 de març.





Museu d'Història de Catalunya



PER FI ÉS DIVENDRES:
"La Trup"

Un duet jove format Glòria Tapia i Alexis Cabrillana.

Us esperem el Divendres 31 de març a les 18:30h al local del Grup Caliu.
Recordeu que aquesta activitat és oberta a tothom.

Us heu d'apuntar trucant a la secretaria de Grup Caliu o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es abans del dijous 30 de març.



TALLERS I CURSOS

CATALÀ

OBJECTIUS:

- ✓ Millorar el seu català a nivell d'escriptura, conversa i comprensió.
- ✓ Aprofundir en el coneixement sobre els autors de narrativa i poesia més destacats en llengua catalana.
- ✓ Conèixer la història i cultura catalanes.

EL CURS ES REALITZARÀ ELS DILLUNS 6, 13, 20 i 27 de març de 17h -18h.

PREU CURS: 8€/mes.

COACHING EN ECONOMIA DOMÈSTICA

OBJECTIUS:

- ✓ Conèixer el valor de les monedes i bitllets i el seu ús.
- ✓ Controlar el flux de despeses i ingressos mensuals propis.
- ✓ Realitzar una planificació d'estalvis i o projecte econòmic de futur.

Existeixen 2 grups. 1er grup: de 18:30h a 19:15h 2on grup: de 19:15h a 20h
ES REALITZARÀ EL DIMARTS 7, 14, 21 i 28 DE MARÇ.

PREU ACTIVITAT: 4€/mes.

TRENCA'T EL CAP

OBJECTIUS:

- ✓ Millorar els càlculs matemàtics senzills.
- ✓ Agilitzar els càlculs mentals sense fer servir l'ús de la calculadora.

ES REALITZARÀ ELS DIMECRES 1, 8, 15 i 22 i 29 de març de 18h A 19h.

PREU ACTIVITAT: 4€/mes..

POSA UN ORDINADOR A LA TEVA VIDA

OBJECTIUS:

- ✓ Aprendre a crear i fer ús del correu electrònic
- ✓ Fer servir les principals xarxes socials a internet.

ES REALITZARÀ ELS DIJOUS 2, 9, 16, 23 I 30 de març de març de 19h a 19.45h.

ACTIVITAT GRATUITA

TALLERS I CURSOS

Grup Caliu
iniciatives socials

INFORMÀTICA

OBJECTIUS:

- ✓ Conèixer i aprendre a utilitzar els principals programes d'ofimàtica.
- ✓ Preparar documents per a realitzar presentacions, projectes...
- ✓ Aprendre a utilitzar internet com a eina de recerca d'informació

DILLUNS 6, 13, 20 i 27 de març de 19'30h a 21h
DIMECRES 1, 8, 15, 22 i 29 de març de 19'30h a 21h.

PREU ACTIVITAT: 23€/mes (socis) 25€ (no socis/es)

RÀDIO CALIU

- **DIMARTS 7, 14, 21 i 28 de març de 19h a 20h.**
- **DIUMENGE 26 de març a les 17h** a l'emissora **d'Ona de sants (Plaça d'Osca) .**

Per Escoltar el programa: 94,6FM o a la web www.onadesants.cat

PREU ACTIVITAT: 5€/mes. (10€/mes No Socis/es)

ANGLÈS

OBJECTIUS

- ✓ Conèixer les principals eines per donar resposta a situacions quotidianes.
- ✓ Aprendre a construir frases senzilles gramaticalment correctes.
- ✓ Identificar la pronunciació correcta i ser capaç de reproduir-la.

- DIMECRES 1, 8, 15, 22 i 29 de març de 18,30h a 19,30h.
- DISSABTES: 18 i 25 de març d'11,30h a 13h.

ATENCIÓ!!! ELS DISSABTES 4 I 11 NO HI HAURÀ ACTIVITAT. Aquest mes de març el preu per als participants d'anglès en dissabte serà de 15€.

PREU ACTIVITAT: 18€/mes.

CONVERSATION AND COFFEE

OBJECTIUS

- ✓ Practicar la conversa i escolta activa en anglès.

DIJOUS 2, 9, 16, 23 i 30 de març de 19h a 20h.

PREU ACTIVITAT: 6€/mes



COMISSIONS

COMISSIÓ PER LA RECUPERACIÓ DE LA MEMÒRIA HISTÒRICA

Aquesta comissió es trobarà el **dissabte 18 de març a les 17h al local del Caliu**.

COMISSIÓ D'OCI NOCTURN

Aquesta comissió es reunirà el **dissabte 25 de març a les 17h al local del Caliu**.

COMISSIÓ FEM NOSTRA LA CIUTAT

Anireu a fer una visita al *Caixafòrum, al Planetari i al Bosc Inundat*.
Us trobareu el **Dissabte 25 de març a les 10h al Corte Inglés de Plaça Catalunya (Davant del quiosc de revistes).**
ACTIVITAT GRATUÏTA

Us heu d'apuntar a l'activitat trucant a secretaria o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es **abans del dijous 23 de març.**

COMISSIÓ PEL DESCOBRIMENT DEL TERRITORI

Visitarem el museu de la Ciència i la Tècnica de Catalunya de Terrassa, acompanyats/es d'una actuació de Jazz en viu!!!
Quedarem el **Diumenge 19 de març a les 9:15h a l'Estació de Sants** (Davant de la comissaria).
Heu de portar: Roba còmode per caminar, bossa d'esquena, dinar d'entrepà o carmanyola i beguda.

PREU: 11€

Us heu d'apuntar a l'activitat trucant a secretaria o enviant un correu a grupcaliu@yahoo.es **abans del dijous 16 de març.**

COMISSIÓ D'ARTS ESCÈNIQUES

Aquesta comissió ha preparat una sortida al ***"Molino"*** a veure l'espectacle de cabaret. Serà al mes d'abril, tindreu tota la informació al proper butlletí.

COMISSIÓ DE SORTIDES I VIATGES

Preparareu totes les activitats del viatge a setmana santa. Us esperem el **Dijous 9 de març a les 18h.**